

元気な風がふくまち

2012

# Nakama 7

広報なかま 平成24年7月10日号

No.918

もうけよう健康  
もうけよう健康  
健診

Get a checkup!



NAKAMA CITY

## いざ、健診会場へ

### CONTENTS

特集

2

#### 健診へ一歩前進

- 12 市からのお知らせ
- 14 健康ファミリー、おすすめ料理
- 15 やっちゃれ環境、くらしのミカタ
- 16 医療講座、図書館だより
- 17 人権作文、無料相談コーナー
- 18 後期高齢者医療制度
- 19 くらしの情報
- 22 まちのわだい
- 24 みんなのひろば
- 26 温故知新

表紙の説明は25ページをご覧ください

# 現実



気になるあなたに健診をおすすめします。  
心も身体もすっきりしませんか。

世間は健康ブーム。  
一方で受けていない健康診査。

人びとの健康志向は年々高くなり、雑誌やテレビで取り上げた健康法が話題になったり、健康グッズが大ヒットしたりするなど、社会現象となつています。その背景には健康でありたいという人びとの強い願いがあるのではないのでしょうか。

多いのではないのでしょうか。健診は病気の早期発見・早期治療はもちろん、発症を食い止めるためのもの。これからの長い人生、楽しく豊かに過ごすためには欠かせないものです。「あのとき健診を受けていたら、もっと早く病気を治療ができたのに」と後悔することになつても遅いのです。今回は、なぜ健診を受けなにかということから考え、健診と向き合ってみようと思います。

# 一歩前進

健康であることが当たり前と思つていませんか。  
健康なときこそ健診と向き合い、一歩前へ進んでみましょう。

## 事実3

中間市の特定健診受診率は  
福岡県内 60 市町村のうち

**54 位 (20.8%)**

福岡県平均は 26.5% (平成 22 年度実績)

check

特定健診ってなんだろう

特定健診とは、平成 20 年 4 月から始まった、医療保険者が加入者 (40 ~ 74 歳の被保険者・被扶養者) に実施している健診です。糖尿病や脂質異常症、高尿酸血症などの生活習慣病の発症や重症化を予防することを目的として、メタボリックシンドローム (内臓脂肪症候群) に着目した健診となっています。

中間市の特定健診受診率は  
福岡県内でも低水準。

## 事実1

平成 20 年度に比べ、平成 22 年度の  
特定健診受診率は低下

**21.3% → 20.8%**

※特定健診受診率は、中間市国民健康保険加入者を対象に算出しています。

## 事実2

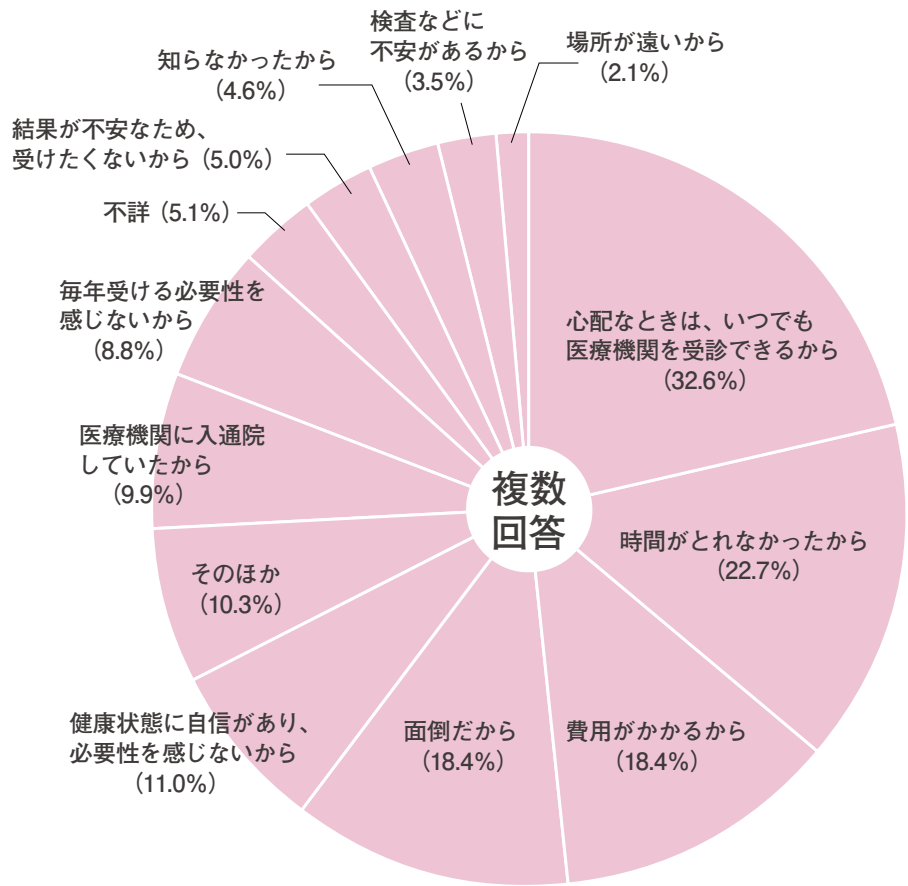
特定健診の受診率が低い年代は

**男性 50 ~ 54 歳**

**女性 45 ~ 49 歳**

(平成 22 年度実績)

みなさんに聞きました。  
 どうして健診を  
 受けないのですか？



参考：平成 22 年国民生活基礎調査  
 年齢階級別にみた健診や人間ドックを  
 受けなかった理由（複数回答）の割合（20 歳以上）  
 ※複数回答のため、合計は 100%にはなりません。

# 今こそ、健診へ

集団健診会場にはこの<sup>のぼり</sup>が立っています。  
 これを目印に一度健診を受けてみませんか。



国から課せられた目標。  
 中間市の特定健診の平成 24 年度の目標受診率は 35% です。もしこの目標を達成できなかったら、後期高齢者支援金として 75 歳以上の人の医療保険を支える負担金（中間市国民健康保険加入者が負担する額）が増額されるおそれがあります。  
 平成 23 年度の中間市国民健康保険の後期高齢者支援金は約 6 億円でした。増額されると今まで以上に国保財政が厳しくなることが予想されます。  
 自分の健康のためにはもちろん、いつまでも安心して医療を受けるためにも、年に一度は必ず健診を受けましょう。

■ 1人当たりの1年間の医療費

	20 年度	21 年度	22 年度
中間市	329,170 円	334,793 円	345,881 円
福岡県市町村平均	316,830 円	324,430 円	331,373 円
全国市町村平均	281,761 円	289,885 円	299,326 円

# 健診を受けない 4つの理由。



## 理由1

# お金がかかる

中間市の国民健康保険に加入している人であれば、特定健診は無料、がん検診の自己負担額は2割(残りは中間市が負担)で受けることができます。

一度生活習慣病やがんを患ってしまうと医療保険があっても医療費が高額になり、家計を圧迫します。

これは、健診にかかる費用とは比べ物になりません。



特定の年齢に達した人にお渡ししている「がん検診無料クーポン券」。オレンジ色は大腸がん、黄色は乳がん、ピンク色は子宮頸がんが対象です。これを利用すればがん検診が無料で受けられてたいへんお得です。

## 理由2

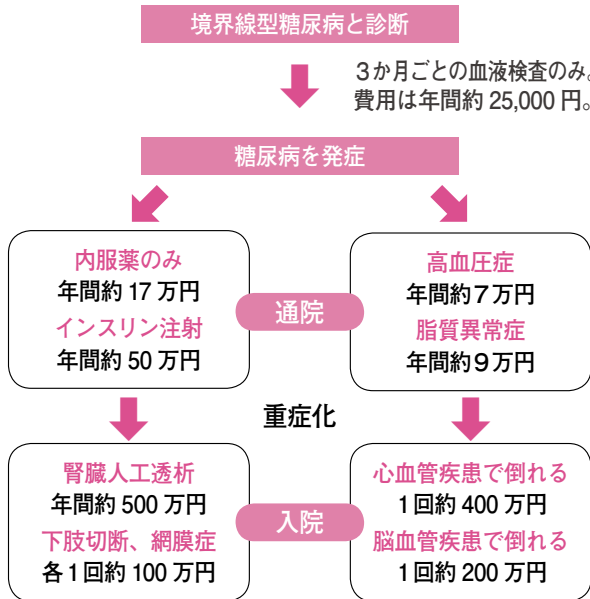
# 時間がない

もし病気になってしまったら、治療に必要な時間は健診の時間の比ではありません。さらに医療費もかかります。さらに医療費もかかります。集団健診は、特定健診やがん検診すべての項目を受けても、およそ半日で終了しますし、日曜日でも実施しています。

特定健診は、福岡県内の契約を結んでいる医療機関でも受診できるので、あなたの休みに合わせる事ができます。

## check

### 糖尿病で見る経済的な影響 ～1年でかかる医療費～



Aさん(匿名)の夫は40歳代の自営業者。夫の初めての健診後に重大な病気が発覚するという事態から、健診に対する思いを語ってくれました。

## 家族が安心できるように 健診を受けてほしい



夫は以前から体調が悪くならないと病院に行かないような人でした。運動はしていた夫ですが、体型が変わり始めてきた40歳になったとき、一緒に健診を受けようと誘いました。これまでは、時間が取れないということで受けなかった夫。初めての受診結果は、メタボ気味ということでした。健診後、夫婦で結果説明会に参加し、食生活の改善と運動の指導を受けました。そして「一度医療機関で受診してください」とも言われました。

夫が心臓に違和感を覚え、体調が優れないと言いだしたのはそんなときでした。病院での診察結果は、「狭心症の疑いがある」ということ。あまりのことでも驚きました。今では、月に一度は病院で診察してもらい、薬を服用するという生活が続いています。夫の友人も夫の病気を知ってから健診を受けるようになりました。それで夫よりも重い病気が見つかった人もいます。

病気になってからでは時間もお金も一層かかりますし、仕事にも支障が出てしまいます。病気になる前に健診を受けるほうが絶対お得です。健診を受けることで安心感が得られます。それは本人もですが、家族もそうです。健診結果は数値としてしっかり表れ、気づくことがいろいろあります。時間がないという理由もわかりませんが、夫のように働き盛りの40～50歳代の人を受けてほしいと思います。

## 理由3 身体に異常がない

生活習慣病のほとんどは症状がないため、「私は大丈夫だろう」という思い込みは禁物です。身体に異常を感じるようになってからは、病気が進行している可能性が高く、治療する時間や費用がかかってしまいます。最悪の場合、完治することができず、病気がずっと付き合ひ続ていかなくてはならなくなります。そんな不安を解消するためにも、特定健診やがん検診で自分の健康を確認しましょうか。安心感が違います。

また、日本人の約2人に1人はがんになり、約8人に1人が腎障害や腎機能が低下、約5人に1人が糖尿病(疑いも含む)、30歳以上の男性の5人中2人は高血圧であるといわれています。悪い芽は早く摘み取ることで、そのために、健診が必要なのです。

### check

#### 早期がんは、ほぼ完治できる

がんは早期に発見できれば、治る確率は高くなります。例えば、進行した胃がんは、半数近くの方が命を落としますが、早期であれば100%近く完治するのです。検診によって早期がんのうちに発見できるのは、1~2年くらいの間に限られるため、検診を1~2年ごとに受けなければがんを早期に発見できないということになります。平成22年度に実施した各種がん検診では、下表のとおり、がんやがんの疑いがある人が見つかりました。早期発見のためにも年に1度は検診を受けることが大切なのです。

■平成22年度中間市がん検診実施結果

検診名	受診者	要精密検査者	がん・がん疑い
肺がん	1,939人	127人	1人
胃がん	1,521人	86人	2人
大腸がん	1,747人	134人	2人
乳がん	1,597人	89人	5人
子宮がん	1,826人	19人	3人

## 理由4 現在治療中

定期的に病院に行つて薬を飲んで、病気治療中でも、症状のない病気まで診療中に発見できるとは限りません。年1回は血液検査や尿検査も含めて全身状態を診てもらいませんか。病気が見つかることが嫌だという人もいますが、本当に病気があれば早期発見できるに似たことはありません。

# 理由

interview  
医師の見地から

### 定期的に健診を受けることが健康への第一歩

中間市立病院院長 瓜生康平 医師



「身体に異常がないから健診を受けなくてもよい」という人がいます。一般の人は身体の異常というと風邪などの感染症を考えますが、それだけではないのです。動脈硬化や脳こうそくなどの血管障害は、進行した結果が症状として表れるため、症状が出てからでは遅いのです。つい先日、重度の火傷の患者さんを診察しました。その人は約15年前に糖尿病を患って以来、健診は受けていないということでした。糖尿病は悪化すると神経障害の症状が出ます。そのため、その患者さんは火傷をしても痛みを感じずに重症化したものでした。病状が悪化する前に健診を受けていればこのような状況にはなっていなかったかもしれません。また、最近では人工透析の人も増えてきてい

ます。慢性腎臓病を例にみると、蛋白尿が多いなどの数値異常が表れます。この裏には重大な病気が隠れている可能性があるのです。このサインに気付くか気付かないかは健診を受けてみないとわからないものなのです。このように、生活習慣病などは症状が表れにくく、病気が進んだ結果として痛みなどを感じるようになります。そうなってしまうと治療が追いつかなくなります。身体に異常があるかどうかを見るもの、病気を未然に防ぐものが健診です。健診結果で数値異常が見られた場合は、医療機関を受診し、経年的に治療を受けてください。健診は一度だけでなく、定期的に受けること、そして受けるだけに終わらないことが何より重要です。



# 集団健診ウォッチング

## 風景



1

健康づくりカレンダーに綴じこんであるハガキに必要事項を記入し、ポストまたは、保健センターへ。

4

6月8日から始まった今年度の集団健診。6月10日に会場である保健センターを訪れました。  
健診の流れは、受付で料金を支払い、身体測定や採血、問診などを行います。希望者は併せて各種がん検診を受診することも可能。スムーズな流れで、全項目受診しても2〜3時間です。



健診票を回収し、健診結果の通知などのお知らせ、健康手帳交付などを行います。初めて特定健診を受けた人などには、市の保健師が個別に健診後のサポート内容についてお話をしています。

今回、健診の様子を撮影させていただいた濱田賀代子さん(上底井野)は「以前に比べ待ち時間がずいぶん短くなりました。スタッフのみなさんが誘導してくるので会場は混雑しなくすみすね」と話しました。  
健診は、だれもが気軽に手短かに受診できる環境になってきているのです。

### interview 健診実施者の見地から

## 気負わず気軽に受けてほしい

財団法人福岡県  
すこやか健康事業団  
石橋拓也さん



中間市の健診の大きな特徴は、レディースデイとして医師や看護師など、医療従事者がすべて女性スタッフで健診を行う日が設けられていることです。健診を受けたくても恥ずかしくて受けられないと思っている女性のみなさんに大いに活用してほしいですね。  
健診というと、「待ち時間が長い」「怖い」というイメージを持っている人も多いのではないのでしょうか。現在の健診は、30分ごとの受付時間を設定することで、待ち時間が大幅に短縮されています。また、各種がん検診を実施しているバス内には、介助スタッフを配置し、初めての人も安心できるように配慮しています。  
健診は、みなさんが気持ちよく受けられるよう、環境に配慮しています。健診だからといって気負うことなく、年に1度、自分の体調チェックのために、気軽に受けていただきたいと思えます。あなたのために、愛する人のために、健診を受けましょう。

健診の気になる  
ポイントを解消

Short  
latency

## 完全予約制で短めな待ち時間

1年 365日、約 8,760 時間のうち健康のために4時間、半日程度の時間を使ってみませんか。健診会場に来てから、特定健診、胃がん、肺がん、大腸がん、子宮頸がん、乳がんの6つの健診を受けても3時間ほどで終わります。

Ladies  
day

## レディースデイを実施

女性の受診者のために女性医師の健診を企画しています。女性医師が少なく、すべての健診日をお願いすることはできませんが、今年度は3日間設定できました。

まだ受診したことがない人は、まずは女性医師による健診からスタートするというのはいかがでしょうか。

Examination  
car

## 検診車の中はどうなってるの

検診車の中はなかなか見ることができません。検診を受けようと思っても怖くて受診できないという人もいないのでしょうか。

そこで、今回は特別に検診車の中をお見せします。どの車にもスタッフが3人ほどいますので、安心して受診できますよ。



子宮がん検診車内の様子。カーテンで仕切られ顔を合わせることもありません。



胃がん・肺がん検診車内の様子。胸のレントゲンと胃の検査を併せて行うことができます。

# 2

健診日、予約時間、持っていく物、健診前日、当日の準備などの通知が健診の一週間前に届きます。



# 3

健診票などの用紙を提出し、健診料金を払ったら、いざ健診。

## これからも夫婦で健診を受けていきます

青木一朗さん、つくしさん  
(太賀一丁目)



昨年から夫婦で健診を受けるようになりました。1年1回の健診を一つの区切りとして、健診に向けて目標を立て努力するようになり、お互い健康に対する意識は上がってきたと思います。毎回、健診後の結果、数値がどのようになっているか楽しみにしています。これからも2人で受け続けていきたいですね。

# 健診後の応援体制が充実



健診の結果は、日ごろの生活習慣が反映されます。気になる数値があれば、現在の生活習慣を見直しましょう。

例えば、体重が増える傾向にあり、「LDLコレステロール値や血糖値が高くなってきた

ている」「血圧が高くなってきた」などがある場合、運動不足や過食が考えられます。

この段階では自覚症状はありませんので、見過ごしがちですが、未病の段階に適切な「食事」「運動」の習慣を身に

つけることが大切です。

保健センターでは、健診結果からメタボリックシンドロームまたはその予備群の人には、積極的支援・動機づけ支援という特定保健指導を行い、それ以外の人には情報提供を

行っています。特定保健指導は、保健師や管理栄養士、医師などの専門家による生活習慣改善のサポートで、無料に活用し、健やかな毎日を過ごしましょう。

## ■平成 22 年度特定健診・特定保健指導実施結果

平成 21 年度特定健診のメタボリックシンドローム該当者・予備群	430 人
上記のうち、平成 22 年度特定健診で改善した人	68 人
メタボリックシンドローム減少率	15.8%

## Health guidance 特定保健指導



特定健診の結果から、生活習慣病の発症危険度が高い人を対象に、生活習慣を見直す保健指導を行っています。特定健診の結果で対象になる人へ保健センターからご案内します。積極的に利用しましょう。

## Course kidney 健やか腎臓教室



慢性腎臓病の人は、成人 8 人に 1 人と推測されます。問題なのは、多くの人が、自分が慢性腎臓病であることを知らないということ。

また、慢性腎臓病の人は、心筋こうそくや脳卒中などの病気の発症率が高いことが知られています。初期のうち自覚症状がほとんどなく、何をしたらよいのかははっきりせず、放置されがちです。この機会に生活習慣を見直し、慢性腎臓病の改善と慢性腎臓病が進行して起こる末期腎不全を予防しませんか。

## Support course 健康づくりサポート教室



食事編として、栄養士による講話と調理実習を、運動編として運動実践指導者等による講話と実技を行っています。

あなたの健康を守るため徹底してサポートします





## 健診後の改善こそが大切です



定年退職後から保健センターで健診を受けています。退職するまでは、運動はしていませんが自由な生活で標準体重を超えていたので、栄養教室に参加しました。栄養士に食事の指導を受けてからは、意識して食生活の改善を心がけ、体重も落ちました。今は体調がともいいですね。健診は受けて初めて自分の改善するところがわかるものです。これからも欠かさずに受け続けたいですね。

樋口 恵さん (通谷四丁目)

Diagnostic results

## 健診結果説明会



初めて特定健診を受けた人、健診結果から生活習慣病の発症危険度が高い人を対象に、医師、栄養士、保健師が健診結果の説明、生活習慣を見直す指導を行っています。

※写真は集団健診当日に、結果説明会を案内している様子。

Healthy recipes

## 食進会健康レシピ



食生活改善推進会会員のみなさんによる健康レシピの配布コーナー。配布するメニューを検討、試作し、写真撮影、印刷などすべて会員の手作りです。健診会場で受診者のみなさんに笑顔とともにレシピを配布しています。

# サポート

interview  
保健師の見地から

## みなさんの身近な存在であり続けたい

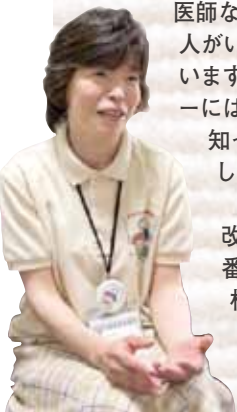
中間市保健センター 岩河内弘子 所長

中間市の状況としては、特定健診の受診率が低いという現実があります。妊娠したらお腹のあかちゃん自身のために妊婦健診があり、子どもたちの健康のために乳幼児健診があるように、成人したら自分自身の健康へ目を向け、まずは生活習慣病を予防するための健診を受けてほしいですね。

そのために大切なことは「健康意識の向上」です。これは、昨年度策定した中間市健康増進計画の主な柱の1つ。みなさんが「自分の健康は自分で守り、つくる」という自覚を持って、健康的な生活習慣を継続することが必要です。そして、一人ひとりの健康づくりを支えるためには、家族や地域、行政が一体となって取り組まなければなりません。

私たちは、健康に目が向けば気持ちが動き、自ずと身体が動くものと信じ、特定保健指導や教室、相談、情報提供などさまざまな事業を行っていますが、みなさんの周りには、かかりつけ医師など健康づくりや病気の治癒に向け応援してくれる人がいます。また、健康をめざし努力している人たちがいます。そのような人たちとの出会いがこの保健センターにはあります。もっとたくさんの人に保健センターを知ってもらい、「人と人とのつながりができる」場所として大いに活用してほしいと思います。

受診率の向上も大切ですが、健診を受けた結果、改善が必要となった人たちが健康に向かうことが1番です。そのために私たちは、みなさんがなんでも相談できる良き相談者として、健やかに暮らしていくための身近な応援者として、これからも寄り添っていききたいですね。



## 特定健診・各種がん検診

健康診査や各種がん検診、骨粗しょう症検診は中間市民で以下の年齢の人を対象とし、集団健診または個別健診のどちらかの方法で受けられます。集団健診は、健康診査や各種がん検診、骨粗しょう症検診を同時に受けることができます。また、個別健診は、医療機関での実施となるため、都合のよい日程で受けることができます。

### ●集団健診実施日・場所

- 9月2日回、4日回、5日回…保健センター
- 9月3日回…ハピネスなかま
- 9月6日回…保健センター
- ※9月6日は、がん検診のみ実施。
- 11月12日回…働く婦人の家

- 11月13日回…地域交流センター
- 11月14日回、15日回、16日回、18日回…保健センター
- 平成25年1月28日回…ハピネスなかま
- 1月27日回、29日回、30日回…保健センター
- 女性医師スタッフの日 9月2日回、11月18日回
- 申込方法 「健康づくりカレンダー」についている専用申込はがき、または官製はがきに住所、氏名、性別、生年月日、希望の健診名、電話番号、健診希望日をご記入のうえ申し込んでください
- ※健康づくりカレンダーは、健康増進課、保健センターの窓口にあります。

健診名	料金		対象年齢 (平成25年3月31日時点の満年齢)
	集団健診	個別健診	
特定健診	無料	無料	昭和13年4月1日～昭和48年3月31日生の人 (中間市国民健康保険加入者)
わかば健診	500円	—	昭和48年4月1日～平成5年3月31日生の人
大腸がん検診	300円	—	40歳以上の男女
肺がん検診	200円	700円	40歳以上の男女
胃がん検診	800円	—	40歳以上の男女
乳がん検診	400円	—	30歳代の女性
	1,400円	—	40歳代の女性
	1,000円	—	50歳以上の女性
子宮頸がん検診	600円	1,600円	20歳以上の女性
骨粗しょう症検診	2,415円	—	20歳以上の男女
歯周疾患健診	—	600円	40歳、50歳、60歳の男女

※健診の内容など詳しくは、健康づくりカレンダーをご覧ください。

保健センターでは、特定健診の受診率向上のため、未受診者訪問として今年度は中間小学校区にお住まいの人を訪問します。

訪問スタッフは健診キャラクターのポロシャツを着用していますので、ぜひ話を聞いてください。

私たちが保健センタースタッフです



すぐに受けられる健診

健診を受けてみようと思ったみなさんに、各種健診と健康づくり事業を紹介します。



平成24年度健診キャラクター

## 健康づくりサポート教室食事編

- 対象** 中間市民で、生活習慣病を改善しようと思っている人、家族の調理を担っている人、生活習慣病について知りたい人、治療中の人
- 時間** 午前9時30分～午後1時（受付は9時～）
- 場所** 保健センター
- 内容** 講話と調理実習
- 講師** 保健センター栄養士
- 持ってくるもの** 筆記用具、健康手帳、エプロン、三角巾、電卓、あれば食品成分表
- 定員** 30人
- 申込方法** 電話またはFAXで申し込んでください  
※FAXで申し込む際は、住所、氏名、生年月日、連絡先、希望の講座名を明記してください。
- 注意事項**
  - 受講取り消しの連絡は1週間前までをお願いします。それ以降に受講を取り消したり、当日欠席したりする場合は、参加費400円をいただきますのでご了承ください
  - 調理実習は同じテーマの場合、年度内1回のみとさせていただきます

講話内容	実施日	申込締切(必着)
食事で防ぐ 糖尿病	8月28日(火) 11月29日(木)	8月21日(火) 11月22日(木)
食事で防ぐ 慢性腎臓病	9月18日(火) 12月20日(木)	9月11日(火) 12月13日(木)
食事で防ぐ 高血圧症	10月9日(火) 平成25年2月21日(木)	10月2日(火) 平成25年2月14日(木)
食事で防ぐ 脂質異常症	10月23日(火) 平成25年3月7日(木)	10月16日(火) 平成25年2月28日(木)

## 健康づくりサポート教室運動編

### 夜に癒しの時間を「骨盤美調整ヨガ」

- 日時** 8月30日(木)・午後7時～8時30分（受付は6時30分～）
- 場所** 保健センター
- 対象** 中間市民で主に子育て世代や主婦  
※40歳代までの人限定です。託児が必要な場合は事前にご相談ください。治療中の方は医師から運動制限指示を受けていないことが条件です。
- 定員** 25人（申込者多数の場合は抽選となります）
- 講師** 小路美保さん（インド中央政府公認ヨガ教師）
- 持ってくるもの** 室内シューズ、健康手帳  
※動きやすい服装で参加してください。
- 申込方法** 8月23日(木)までに電話またはFAXで申し込んでください  
※FAXで申し込む際は、住所、氏名、生年月日、連絡先、希望の講座名を明記してください。

### 働く世代の人に 自宅でもできる

### 「お腹を凹ますコア(体幹)トレーニング」

- 日時** 9月28日(金)・午後7時～8時30分（受付は6時30分～）
- 場所** 保健センター
- 対象** 中間市民で普段なかなか運動できない働き世代の人  
※男性限定です。治療中の方は医師から運動制限指示を受けていないことが条件です。
- 定員** 25人（申込者多数の場合は抽選となります）
- 講師** 久家祐介さん（北九州スポーツクラブ連絡会）
- 持ってくるもの** 室内シューズ、健康手帳  
※動きやすい服装で参加してください。
- 申込方法** 9月21日(金)までに電話またはFAXで申し込んでください  
※FAXで申し込む際は、住所、氏名、生年月日、連絡先、希望の講座名を明記してください。

## ■保健センター施設案内



- 所在地** 蓮花寺三丁目1-6
- 開館時間** 午前8時30分～午後5時15分
- 休館日** 土曜・日曜日、祝日（原則として）  
☎(246)1611 FAX(246)3024

## ■集団健診の実施会場とその周辺地図



平成 24 年度 中間市職員採用試験を実施します

●問合せ 総務課 ☎(246)6232

やる気のあるみなさん  
あなたの力を発揮してみませんか



採用試験の詳細は、中間市ホームページをご覧ください。  
● <http://www.city.nakama.lg.jp>

- **職種・採用予定人数**
  - 一般事務職 A : 5人
  - 一般事務職 B : 2人
  - 一般事務職 C : 1人
  - 土木技術職 : 2人
  - 建築技術職 : 1人
- **申込受付期間** 7月30日  
 団(8月17日金)
- ※受験申込書と案内書は、7月10日(四)から総務課人事給与係(市役所2階)でお渡ししています。
- **受験資格**
  - 一般事務職 A : 昭和60年4月2日から平成3年4月1日までに生まれた人
  - 一般事務職 B : 平成元年4月2日から平成7年4月1日までに生まれた人(ただし、4年制大学の卒業生および卒業見込みの人は除く)
  - 一般事務職 C : 昭和53年4月2日から昭和60年4月1日までに生まれた人(ただし、平成24年6月末までに民間企業などでの職務経歴を3年以上有する人)
  - 土木技術職 : 昭和60年4月2日から平成7年4月1日までに生まれた人(ただし、高校や大学で土木課程を履修した人、または卒業見込みの人)
  - 建築技術職 : 昭和60年4月2日から平成7年4月1日までに生まれた人(ただし、高校や大学で建築課程を履修した人、または卒業見込みの人)
- **受験できない人** 地方公務員法第16条に該当する人
- **試験期日・場所(一次試験)**
  - 期日 : 9月16日(日)
  - 場所 : 福岡県立中間高等学校(朝霧五丁目1-1)

情報公開制度と個人情報保護制度の運用状況

●問合せ 総務課 ☎(246)6232

■平成23年度情報公開制度の実施状況 (平成23年4月1日～平成24年3月31日)

請求件数	公開状況				異議申し立て
	公開	部分公開	非公開	取り下げ	
37	31	2	4	0	0

※部分公開と決定したものは、個人情報が含まれるものです。  
 ※非公開と決定したものは、文書不存在のものです。

○実施機関別請求件数

実施機関	市長	議会	教育委員会	市立病院	上下水道局	消防本部	選挙管理委員会 その他の委員会
請求件数	31	0	1	0	2	0	3

■平成23年度個人情報保護制度の実施状況 (平成23年4月1日～平成24年3月31日)

請求件数	公開状況				異議申し立て
	開示	部分開示	不開示	取り下げ	
1792	1787	3	1	1	0

※部分開示と決定したものは、同意が必要な人からの許可が得られなかったもの、および請求者以外の個人情報が含まれるものです。  
 ※不開示と決定したものは、文書不存在のものです。  
 ※要介護認定情報の提供にかかる件数を含んでいます。

○実施機関別請求件数

実施機関	市長	議会	教育委員会	市立病院	上下水道局	消防本部	選挙管理委員会 その他の委員会
請求件数	1792	0	0	0	0	0	0

中間市では、公正で開かれた市政の推進をめざし、市政への市民参加を促進するため、情報公開を実施しています。また、市が保有する個人情報の適正な取り扱いを定め、本人からの請求による個人情報の開示、訂正、停止などを行っています。これらの運用状況について、情報公開条例第17条および個人情報保護条例第36条の規定により、次のとおりお知らせします。  
 ※紙面の関係上、請求件数などの主なものを掲載していますが、中間市のホームページでは、請求内容の内訳なども掲載しています。  
 ○ホームページ  
<http://www.city.nakama.lg.jp/>

### 中間市地域福祉計画策定のためのワークショップ

●問合せ先 福祉支援課 ☎(246)6270

校区	日時	場所
底井野小	7月18日(木)・午後7時～	地域交流センター
中間南小	7月19日(木)・午後6時30分～	なかまハーモニーホール
中間東小	7月21日(土)・午前10時～	なかまハーモニーホール
中間西小	7月23日(月)・午後7時～	池田町公民館
中間北小	7月24日(火)・午後6時30分～	なかまハーモニーホール
中間小	7月28日(土)・午後6時30分～	なかまハーモニーホール

中間市地域福祉計画を策定するにあたり、地域の生活課題やニーズを施策に反映させるため、次のとおり

小学校区ごとにワークショップを開催します。多くの方のみなさんの参加をお待ちしています。

### 人権・みんなの幸せを願う集い～講演の夕べ～

●問合せ先 人権男女共同参画課 ☎(245)3511



■講師 新垣 勉さん  
(テノール歌手・バプテスト教会牧師)

#### ■プロフィール

1952年、戦後の沖縄に米兵を父に日本人を母に生まれる。生後まもなく不慮の事故により失明。その後、両親の離別、父の帰国などあり祖母のもとで成長。14歳、祖母の亡き後、天涯孤独となる。ある牧師との出会いによって人生を生きなおす勇氣と希望を得て立ち直り、東京キリスト教短期大学進学。その後、西南学院大学神学部を卒業するも、音楽への思いを貫き34歳で武蔵野音楽大学声楽科に進み同大学卒業。同大学院修了。マリオ・デル・モナコを育てたヴォイストレーナーの世界的大家、A・バランドーに氏に師事。

●日時 7月20日(金)・午後6時20分～8時(受付は5時50分～)

●参加料 無料  
●テーマ みんなちがって、みんないい

### 就学前教育相談を開催します

●問合せ先 学校教育課 ☎(246)6222

●対象 就学前の子が第3会議室

●場 所 市役所3階・

●日 時 8月8日(木)、9日(金)・午前9時～午後4時30分

●日 時 8月8日(木)、9日(金)・午前9時～午後4時30分

※順番は、後日連絡します。

●場 所 市役所3階・

●対 象 就学前の子が

### 男性料理教室に参加しませんか

●問合せ先 中央公民館 ☎(246)2321

●期 日 9月1日(土)、15日(日)、10月6日(土)、20日(土)、11月10日(日)、24日(日)の計6回

●時 間 午前10時～午後1時

●場 所 中央公民館

●定 員 25人

●受 講 料 3,000円程(6回分の材料費)

●講 師 宗心扶佐子さん(管理栄養士)

●申 込 方 法 講座名、住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号を記入のうえ、往復はがき、FAX、メ

イルのいずれかで申し込んでください

※中央公民館窓口でも申し込むことができます。

※欠席による材料費の返還は、原則としてできませんのでご了承ください。

●申込締切 8月10日(金)

※申込者多数の場合は抽選となります。受講決定者には、8月23日(木)までに連絡します。

●申 込 先 中央公民館 (〒809・0014 蓮花寺三丁目1番1号) FAX(246)0277

○メール:kouninkan@city.nakama.lg.jp



●相 談 内 容

○子どもの心身の発達に関すること

○入学に関することなど

●申 込 方 法 教育委員会、市内各幼稚園・保育園に備え付けの申込用紙に必要な事項を記入のうえ申し込んでください

●申 込 締 切 7月25日(木)

●申 込 先 学校教育課



# 健康ファミリー

あなたの健康づくりのために



保健センター ☎ (246) 1611

## ポリオ予防接種が変わります

不活化ポリオワクチンは、平成24年9月から定期接種として導入されます。これまでのポリオ予防接種は、保健センターで生ワクチンの集団接種を行っていましたが、医療機関での不活化ワクチン個別接種となります。

### 不活化ポリオワクチンの定期接種は次のように行います

■接種方法が変わります  
生ポリオワクチンは経口接種（口から飲む）でしたが、不活化ワクチンは皮下接種（皮下に注射）となります。

■不活化ポリオワクチンは4回の接種が必要です

生ポリオワクチンは2回接種でしたが、不活化ポリオワクチンは、初回接種として20日以上の間隔をおいて3回、また追加接種として初回接種後6か月以上の間隔をおいて1回、合計4回の接種が必要です。生後3か月〜90か月であれば、過去に生ポリオワクチンを受けそびれた人も不活化ポリオワクチンの定期接種が可能です。

○今まで生ポリオワクチンを1回だけ接種した人：平成24年9月以降に不活化ポリオワクチンを3回接種することになります

○生ポリオワクチンをすでに2回接種された人：不活化ポリオワクチンの追加接種は不要です

### 4種混合ワクチンの接種

ジフテリア・百日せき・破傷風・不活化ポリオワクチンの4種混合ワクチンも平成24年11月に導入予定です。4種混合ワクチン導入までの間は、単独の不活化ポリオワクチンと3種混合ワクチンを接種しましょう。

※不活化ポリオワクチンについての最新情報は、厚生労働省のホームページをご覧ください。実施方法などが決まり次第お知らせします。

## 学童期の予防接種お忘れなく

麻しん風しん混合ワクチン  
乳幼児期の追加の予防接種になります。

### 対象者

○平成18年4月2日〜平成19年4月1日生まれ

○中学1年生相当

○高校3年生相当

※すべて1回接種です。

●接種期間 平成24年4月1日〜平成25年3月31日

●子宮頸がん予防ワクチン

●対象者 平成8年4月2日〜平成12年4月1日生まれの女子（3回接種）

●接種期間 平成24年4月1日〜平成25年3月31日

### 2種混合ワクチン

破傷風とジフテリアの予防接種です。乳幼児期の3種混合の追加の予防接種になります。

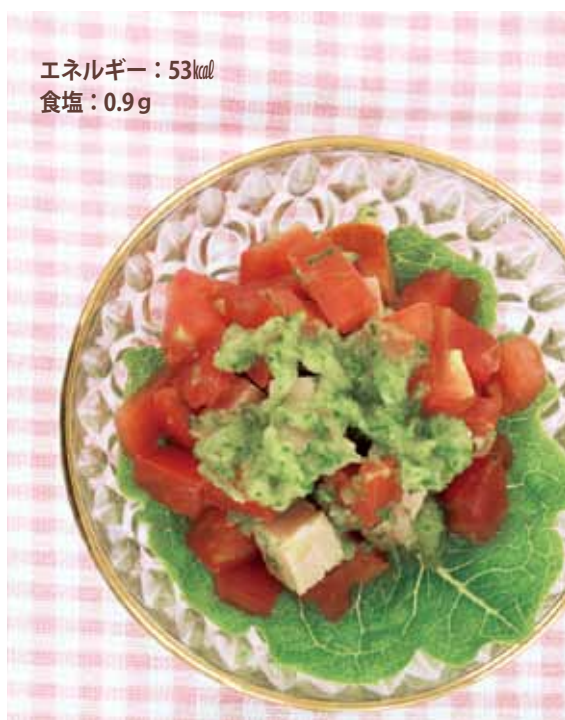
●対象者 11〜13歳未満（1回接種）

### 日本脳炎ワクチン

#### 対象者

○9〜13歳未満（1回接種）

※平成17年〜平成21年度に予防接種の機会を逃した、平成7年6月1日〜平成19年4月1日生まれの方は、20歳未満までの間に接種を受けることができます。詳しくは、健康づくりカレンダーやホームページをご覧ください。



エネルギー：53kcal  
食塩：0.9g

あなたも作ってみませんか

## おすすめ 料理レシピ

中間市食生活改善推進会（緑の会）による、身体に優しいレシピを大公開。

## トマトと焼き豚のサラダ

- |   |   |
|---|---|
| 材料（4人分）   | 作り方   |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>トマト…2個（400<sup>g</sup>）</li> <li>焼き豚…70<sup>g</sup></li> <li>しょうが汁…小さじ1/2</li> <li>◎ドレッシング</li> <li>きゅうり…1/2本</li> <li>酢…大さじ1</li> <li>塩…小さじ1/3</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>①トマトは1<sup>cm</sup>の厚さの輪切りにして、種を除いて、1<sup>cm</sup>角に切る</li> <li>②焼き豚は1<sup>cm</sup>角に切って、しょうが汁をふりかける</li> <li>③ドレッシングは、きゅうりをすりおろして、酢と塩を加え混ぜる</li> <li>④トマトと焼き豚をドレッシングであえて器に盛る</li> </ul> |

## もえるごみ搬入量状況

平成24年度のもえるごみ搬入量は、対23年度比5%の減量を目指しています。ごみの減量化・資源化にご協力をお願いします。

	24年度	23年度	差 (24年度-23年度)	減量率
5月	1,083,300kg	1,083,720kg	△420kg	0%
累計	2,055,140kg	2,030,010kg	25,130kg	1.2%



この夏、省エネルギー・節電に努めましょう

電力需要の増加する夏場を迎えるにあたり、全国的に電力不足が心配されています。今年も左記のとおり政府決定による節電目標が掲げられています。

次に紹介する省エネ・節電のための方法を実践しましょう。

### ■政府決定の節電目標

7月2日～9月7日

●実施内容 平成22年と比べて10%以上の節電

※お盆期間8月13日～15日を除く。

9月10日～28日

●実施内容 数値目標なしの節電

※国民生活および経済活動に支障を生じない範囲に限ります。

いづれも

○平日午前9時～午後8時

### ■待機電力の削減

待機電力とは、家電製品などを使用していなくても、プラグをコンセントに接続しているだけで消費される電力のことです。この待機電力は、家庭の年間消費電力の6%を占めているといわれます。

○使っていない家電製品はこまめにプラグをコンセント

から抜きましょう

### ■エアコン

○冷房の室温は28℃を目安に設定しましょう

○カーテンを閉めて、窓からの日差しをさえぎりましょう

※冷房の冷気が逃げるのを防ぐのにも効果的です

○こまめにフィルターを掃除し目詰まりを防ぎましょう

### ■冷蔵庫

○開いている時間を短く、余分な開閉はしないようにしましょう

○物をつめすぎないようにしましょう

○熱いものは冷ましてから冷蔵庫に入れましょう

### ■テレビ

○1日1時間、テレビを見る時間を減らしましょう

○音量や画面の明るさは控えめにしましょう

○テレビを消すときは、電源から切りましょう

### ■照明

○点灯時間を短くし、必要のない明かりはこまめに消しましょう

○白熱電球をLED電球、または電球形蛍光灯に取り替えましょう

## 知っ得!



今月のテーマ

「火災保険が使える」と誘う住宅修理契約トラブルに注意

消費生活窓口 ☎(246)5110

### ■相談事例

業者から「自然災害で壊れた箇所はないか」と電話があり、昨年の台風で屋根が傷んでいることを話すと「火災保険で修理できる。うちの指定業者が無料で調査し、保険申請も手伝う」と言われ、後日業者が調査に来た。保険金が出るならと思いい、その業者と工事請負契約を結び、保険会社に申請すると、60万円の保険金が出るようになった。

しかし、やはり工事はなじみの業者に頼んだほうがよいと思いい、解約しようとしたところ、保険金の50%もの解約料が取られることがわかった。工事もしていないのに高額すぎないか。

○自然災害による住宅の損

害が、火災保険の補償対象になる場合があることを知らない消費者が多い点に着目した勧誘方法で、最終的に住宅修理工事契約を結ぶことを目的としていると思われ、事例のほかにも、工事内容がずさんだったり、必要のない修理までされたり、契約を結んだものの保険金が下りなかったりするなどのトラブルが起きています

○自然災害で住宅が損害を受けたら、まずは自分で損害保険会社か代理店に連絡し、保険金支払いの対象となるか、申請はどのようにするかを確認しましょう。また、工事を依頼する際は複数の業者から見積もりを取るとよいでしょう

# よくわかる 医療講座

No  
58

中間市立病院医師が、健康のためになる話をお届けします。

中間市立病院 ☎(245)0981

## 今月のテーマ

### 熱中症にならないために

中間市立病院 内科医師  
成澤 学 医師



#### ■上手に節電しながら健康的に 暑い夏を乗り切りましょう

猛暑が懸念される今夏、西日本では厳しい電力不足が予想され、九州においても電力不足は避けられない状況です。節電はもちろん重要ですが、そこで忘れてはならないのが

「熱中症」予防です。暑さを我慢しすぎて、「気づいたら病院だった」なんてことになったら大変です。

#### ■熱中症とは

高温の下で体内の水分や塩分(ナトリウムなどミネラル)のバランスが崩れ、脳が血流不足になり体温調整機能が破綻してしまうことをいいます。症状は、めまい・失神、筋肉痛・こむら返り、大量の汗、頭痛・吐き気・嘔吐、意識障害・けいれんなどです。

応急処置は、とにかく体を冷やすことです。涼しい場所

に移動し衣服を脱がせて体に水をかけ、冷たい缶や瓶、氷嚢などをわきの下や両ももの付け根に当てて冷やして下さい。口から水分をとれない時は点滴が必要ですので迷わず救急病院へ行きましょう。

#### ■熱中症の怖さとは？

昨年6～9月の全国死亡者数は901人で、福岡県だけでも熱中症による救急搬送回数は1,499回もありました。

福岡県内での熱中症による労災死亡者は、屋内作業中の2人でなんと30代の男性でした。一昨年の猛暑に至っては全国で1,718人も人が亡くなっており、年齢に関係なく今夏もみんなが十分に注意しなければなりません。

#### ■熱中症を予防しよう

一昨年亡くなった人の約8割は65歳以上で、そのうち約半数は家庭で発生しました。

つまり、行き過ぎた節電は避けなければならないのです。

予防の原則は水分補給と暑さを避けること。のどが乾かないようにこまめに水分をとれり、室内では換気したりすだれや遮光カーテンを使ったりして室温が上がらないよう工夫し、扇風機やエアコンを上手に利用して室内温度を調整しましょう。

職場では直射日光を避けた休憩場所での休みをとって連続作業時間を短縮し、温度計や湿度計を使用して環境を整えることも大切です。大量の汗をかく作業では水分補給に加え、スポーツドリンクや小梅、塩昆布などでのミネラル補充も必要です。しかし、糖尿病や高血圧など生活習慣病がある人は、悪化することもありますので主治医の先生と相談しておきましょう。

New arrivals

## 今月の新刊紹介



### 『身を捨ててこそ 新・病魔流れて』

白川道・著

放蕩癖のある梨田雅之は、初老の男の導きで広告代理店に勤め、社会の摂理を学んでいく。周りには癖のある男たち、恋仲の女子大生…。激動の昭和に、生への実感求めて突き進む男の姿を描く。



### 『くまだっこ』

デイヴィッドメリング・著

だっこが大好きなくまくんは、自分の好きなだっこを探しているんなものに抱きついてみるが、なかなか見つからない。大きくてふかふかで気持ちがいい「くまだっこ」は見つかるだろうか？読み聞かせにぴったりのしあわせ絵本。

## Nakama Culture Books

市民図書館だより ☎(245)4664

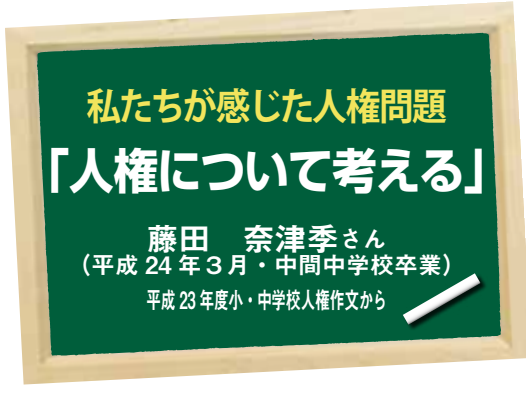
市民図書館は、毎月新しい本をそろえています。市民図書館に来れば、運命的な本との出会いがあるかもしれませんよ。

Fun event

### おはなし会を開催

- 日 時 7月21日 日・午前11時～
- 内 容 絵本の読み聞かせなど
- 協 力 ほっとブックなかま





「人権」とは、一人一人が持っている権利のことです。人権は、人として生きていく上で、とても大切な権利だと思います。

しかし、「いじめ」による嫌がらせ、仲間はずれなどが悲しいことに現実起きています。つい最近のニュースでも、「中学生による自殺」という言葉を目にしました。私はそれを見て、本当に悲しくなりました。その中学生は、いじめられて、陰口を言われたりしていたそうで、とても苦しい思いをしたんだと思います。私は、その中学生はいじめられていなければ、まだ、笑顔で笑っていたかもしれない、元気に学校へ通っていたかもしれないと思います。人が人の権利をうばい、そして、その中学生の笑顔をうばったのです。そのいじめられた中学生だけではなく、その中学生のお

父さん、お母さん、それにたくさんの方々の多くの人々がたくさん泣いて、悲しんだことでしょうか。自分で自分の命を絶つ、こんな悲しいことはあるでしょうか。自分で自分の命を絶つ理由、人が人の権利を奪う理由、そんなものはきつとどこにもないはず。なぜなら、人は生きる権利が一人一人にあるので、人権をもっているのです。私は、今後もこのようなことが起きてほしくないし、絶対にあつてはならないことだと思います。この世の中には、まだまだたくさんいじめや差別問題など、人と人どうしが傷つけあつて、人権をうばっている、なんて事があると思います。だけど、それは人と人どうしが間違えて作りあげてしまったものだと思えば、人と人どうしで作り上げてきたのだから、人と人どうしでなくしていけると思います。

「権利」「人権」と聞くと、難しく聞こえてしまうし、よく分からないと思ってしまうけれど、私の中で言う「人権」とは、優しい心や思いやりで成り立っている「人を思いやる気持ち」だと思います。人と人どうしが思い合つていけば、いじめなんて絶対に起こらない、明るく、笑顔が満ちあふれるくらいの世界の中になつていくと思います。

### 人権標語

笑顔から 芽ばえる友情 大切に  
中間中学校 2年 植田 千夏さん

キラキラの 笑顔の世界 めざそうよ  
中間中学校 3年 那須 優香里さん

育てよう いじめを止めれる 心の芽  
中間中学校 3年 堀田 圭悟さん

### 特設人権相談所を開設

「いじめ問題」「差別問題」などの相談に、人権擁護委員が応じる特設人権相談所を毎月1回開設しています。相談は無料で秘密は固く守られます。予約は不要です。お気軽にご相談ください。

なお5月からはハピネスなかまに会場を変更しています。

●期 日 毎月第2水曜日  
●時 間 午後1時30分～3時30分

※7月の相談日は、11日です。

●場 所 ハピネスなかま  
●問 合 先 人権男女共同参画課  
参画課  
☎(245)3511

～気軽に利用してください～

## 無料相談 コーナー

Free  
Consultation

### 行政相談

■場所 ハピネスなかま

行政への苦情・要望などの相談に応じます。

●日時 8月4日(日)、17日(金)・午後3時～5時  
●問合先 総務課☎(246)6232

### 心配ごと相談

■場所 ハピネスなかま

●日時 8月4日(日)、17日(金)、23日(日)・午後3時～5時(前日まで窓口で予約受付・受付時間は月曜日～金曜日の午前8時30分～午後5時15分・定員10人)  
●問合先 中間市社会福祉協議会  
☎(244)1230

### 県巡回交通事故相談

■場所 ハピネスなかま

●日時 8月8日(日)・午前10時～午後4時(受付は午後3時まで)  
●問合先 安全安心まちづくり課  
☎(246)2017

### 消費者相談

■場所 産業振興課(市役所別館2階)

悪質商法などの相談に応じます。

●受付 月曜日～金曜日・午前9時～午後4時  
●問合先 消費生活相談窓口☎(246)5110

### 女性のための悩みごと相談

■場所 人権男女共同参画課(人権センター)

あなたが納得のいく生き方ができるようお手伝いします。

●受付 月曜日～金曜日・午前8時30分～午後5時15分  
●問合先 人権男女共同参画課  
☎(245)7801

### 補聴器相談

■場所 福祉支援課・ハピネスなかま

●日時 毎月第1～4火曜日・午後1時～2時は福祉支援課(市役所1階)、午後2時30分～3時30分はハピネスなかま  
●問合先 福祉支援課☎(246)6282

### 悩み・いじめ・教育相談

■場所 少年相談センター(働く婦人の家)

未成年者の非行などの相談に応じます。

●受付 月曜日～金曜日・午前9時～午後5時  
●問合先 少年相談センター☎(246)0484

### 家庭児童相談

■場所 家庭児童相談係(市役所3階)

子どもの養育(しつけ、養育者の問題)など児童に関する相談をお受けします。

●受付 月曜日～金曜日・午前9時～午後5時  
●問合先 こども未来課  
☎(246)3515



# くらしの 情報

身近な役立つ情報をお届けします

## 北九州市消防局 消防航空隊との合同訓練

7月26日に、中間市消防本部と北九州市消防局消防航空隊合同による「ヘリコプターを使用した河川救出訓練」を中間市役所前遠賀川河川敷で実施します。

この訓練では、遠賀川と市役所前多目的広場にヘリコプターが飛来します。訓練中は安全確保のため、河川や多目的広場への通行、立入りなどを一部制限する場合がありますのでご了承ください。

また、ヘリコプター飛来時には大きな音がしますので、みなさんにはご迷惑おかけますが、ご理解とご協力をお願いいたします。

●日 時 7月26日(金)・午前9時30分～11時30分  
※訓練予備日は7月30日(月)。

●場 所 中間市役所前遠賀川河川敷(多目的広場)

●問合せ先 消防署  
☎(245)0901

## 中央公民館・働く婦人の家 休館日の利用案内

みなさんの多様化する学習ニーズに 대응するため、中央公民館と働く婦人の家の臨時開館を実施しています。年末年始を除く休館日(日曜日、祝日)などに各種講演会、地域の会議などで利用を希望する場合はご相談ください。

なお、中央公民館は社会教育施設ですので、営利目的、政治活動、宗教団体への貸館事業はお断りしています。

●問い合わせ時間 平日の午前8時30分～午後5時15分

●問合せ先 中央公民館  
☎(246)2321

## 離乳食教室を開催します

●日 時 8月7日(金)・午前10時～11時30分

●場 所 保健センター

●内 容 栄養士による離乳食の講話と試食

※お子さんの月齢に合わせて、前期(生後5か月～8か月)と後期(生後9か月～1歳3か月)に分けて行います。教室中は保育を行います。

●申込方法 7月31日(木)までに電話で申し込んでください

●持ってくるもの 筆記用具

●申込・問合せ先 保健センター  
☎(246)1611

## 市民図書館リニョール記念講演会 「林美美子とその文学の原点」

●日 時 7月27日(金)・午後1時30分～午後3時

●場 所 なかまハーモニイホール

●講 師 今川英子さん(北九州市文学館館長)

●定 員 80人

●参加料 無料

●申込方法 市民図書館の受付カウンターか電話で申し込んでください

●申込・問合せ先 市民図書館  
☎(245)4664

## ひとり親家庭等医療費支給制度

母子家庭の母とその子、父子家庭の父とその子、父母のない子が病院にかかったときの自己負担相当額から次の自己負担額を差し引いた額を助成します。

●自己負担額

○入院：1日50円(月7日上限)

○入院以外：1か月800円(限度)  
●支給要件  
○18歳に達する日以後の年度末までの間にある子どもを

## 献血にご協力ください

移動献血車がやって来ます。慢性的に生血が不足していますのでご協力ください。

●日 時 7月20日(金)・午後零時30分～4時

●場 所 市役所正面玄関横

●問合せ先 福祉支援課  
☎(246)6270

## 自衛官などの募集説明会を開催します

航空学生、看護学生、一般曹候補生、自衛官候補生の募集説明会を開催します。

●日 時 7月21日(土)・午後3時～6時

●場 所 中央公民館

●問合せ先 芦屋地域事務所  
☎(223)0981

## 第55回福岡県体育大会 秋季大会の参加者を募集

中間市の代表として、陸上競技の出場選手を募集します。

●期 日 9月23日(日)

●場 所 豊津陸上競技場(みやこ町区分1205番地)

●申込締切 7月27日(金)

※種別や種目参加資格など詳しくはお問い合わせください。  
●問合せ先 中間市体育協会事務局  
☎(246)2801

注意

梅雨時期の市役所前河川敷駐車場は、遠賀川の水位が上昇し、冠水することがあります。駐車の際は十分注意してください。

**同和問題啓発強調月間  
講演会を開催します**

●日 時 7月21日(土)・午後1時(受付は正午)

●場 所 クローバープラザ  
(春日市原町三丁目1・7)

●内 容

○第一部：田川炭鉱節保存会のみなさんによる炭鉱節の実演

○第二部：安蘇龍生さん(田川市石炭・歴史博物館館長)による「炭鉱と人々」山本作兵衛さんの描いた世界」をテーマとした講演

○第三部：ドキュメンタリー映画「炭鉱に生きる」の上映会

●問 合 先 人権男女共同参画課

☎(245)3511

**ふくおか省エネ・節電  
県民運動を実施**

電力需要の増加する夏場を迎えるにあたり、電力の効率的な使用を進める必要があります。

福岡県では、省エネ・節電に取り組むことを宣言した県民を、企業や行政が応援する「ふくおか省エネ・節電県民運動」を6月1日から9月30日の間で実施します。

●内 容 省エネ・節電宣

言を行った人に、県が「宣言証(エコトンストラップ)」を進呈します。協賛企業の店舗にその宣言証を持参すると、割引などの特典が受けられます。また、7月～9月の電気使用量を、前年と比較して削減を達成できた世帯に、抽選で県産米などを進呈します

●宣言書受付期間 9月30日

●参加対象 福岡県内在住の人

※申込方法など詳しくは、市内公共施設に設置するチラシ(裏面が宣誓書)をご覧ください。くか、「ふくおかエコライフ応援サイト」のホームページをご覧ください。

○ホームページ  
<http://www.ecofukuoka.jp/>

●申込・問合先 福岡県環境保全課

☎092(643)3356

**犬のしつけ方教室**

これから犬を飼う人、または飼おうと考えている人を対象に犬のしつけ方教室を開催します。みなさんの参加をお待ちしています。

●日 時 8月6日(月)・午後1時30分～4時(受付は1時)

●場 所 福岡県宗像総合

庁舎(宗像市東郷一丁目2・1)

●内 容 現在犬を飼っていない人を対象に、犬のしつけ方について知りたいことなどを、講習とモデル犬の実技を通じて対処法を説明します

●講 師 福岡県動物愛護推進員

●定 員 30人(定員になり次第締め切ります)

●申込締切 7月31日(火)

●申込・問合先 福岡県宗像・遠賀保健福祉環境事務所

☎0940(36)6098

**母子(父子)家庭・  
寡婦のみなさんへ**

母子(父子)家庭や寡婦の福祉向上と一層の充実を図るため、市郡会長・評議員・母子部役員研修会を開催します。参加は無料で託児も行いますので、お気軽に参加してください。

●日 時 7月29日(土)・午後1時30分～3時30分

●場 所 クローバープラザ  
(春日市原町三丁目1・7)

●内 容 ひとり親家庭の福祉の施策などの勉強会

※託児希望者は、7月25日(木)までにご連絡ください。

●問合先 福岡県母子寡婦福祉連合会事務局

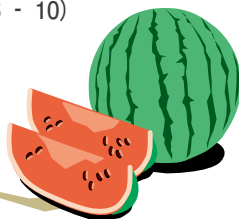
☎092(584)3922

**夏休みわくわく教室 2012に参加しよう**

いろいろな技術や知識を持ったボランティアのみなさんが、指導に来てくれます。受講料は無料ですので、一緒に楽しみながら学びませんか。多くのみなさんの参加をお待ちしています。

期日	講座名	講師
8月1日(土)	陶芸(貯金箱) ※材料費500円が必要。	柴田 由紀子さん
8月3日(日)	百人一首	絵日記～太陽の子～ 縄田 和子さん ほか
8月9日(土)	絵手紙 (広告紙を使った貼り絵)	中島 敬子さん
8月21日(火)	福祉体験 (視覚障がい者と交流、アイマスク体験)	つばさの会 進 好司さん ほか
8月23日(木)、 24日(金)	手話 (手話のあいさつ、聴覚障がい者と交流)	中間手話の会 渡邊 美由紀さん ほか

●時 間 午前10時～正午  
●場 所 中間市ボランティアセンター  
(ハピネスなかま内)  
●対 象 小学4年生～6年生  
●定 員 各20人(先着順)  
●申込方法 氏名、住所、電話番号、学校名・学年、参加希望講座名を記入のうえ、はがき、FAXで申し込んでください  
※ボランティアセンター窓口でも申し込むことができます。月曜日は休館です。  
●申込・問合先 中間市ボランティアセンター  
(〒809-0018 通谷一丁目36-10)  
☎(246)2184  
FAX(244)1232



**第52回中間市長杯軟式野球大会の参加チームを募集します**

●期 日 8月26日(日)、9月2日(日)

※予備日は9月9日(日)。

●場 所 中間市営野球場ほか

●参加資格 同一自治会内に居住する中学生以上のメンバーにより構成されたチーム

※メンバーが足りない自治会は、他の自治会からの選手を補充で出場できます。

●参加料 1,000円(1チーム)

※代表者会議時にお持ちください。

●代表者会議 8月21日(木)午後6時30分から体育文化センターで実施します

●申込方法 8月10日(金)まで

**7月の祝日に伴うごみの振替日**

もえるごみとビン・カンの収集が7月16日の第3月曜日になっている地区は、収集します。



7月の祝日	ビン・カン(資源ごみ)	もえるごみ
7月16日(月)海の日	収集します	収集します

●問合せ先 環境保全課 ☎(245)5300

に、体育文化センターに備え付けの参加申込書に必要事項を記入のうえ申し込んでください

※FAXでも申し込むことができます。

●一日保険 参加チームはスポーツ保険に加入することが望ましいので、代表者会議時に一日保険(1人100円)に加入することができます

●申込・問合せ先 中間市体育協会事務局

☎(246)2801  
FAX(246)2800

**日曜街かど労働相談会**

賃金未払い、解雇、職場のいじめなどの相談に、福岡県北九州労働者支援事務所の専門相談員が応じます。相談は無料で、秘密は固く守られますのでお気軽に相談してください。

●日 時 7月22日(日)・午前10時～午後6時

※相談内容により、午後3時～5時に弁護士相談も行います。

●場 所 JR小倉駅3階イベントスペース(小倉北区浅野一丁目1-1)

●相談方法 個別相談ブースでの面接相談

●問合せ先 福岡県北九州労働者支援事務所

☎(592)3516

**介護支援専門員実務研修受講試験を実施**

●日 時 10月28日(日)

●場 所 九州国際大学(八幡東区平野一丁目6-1)

●受験申込書の配布場所 中間市役所介護保険課

●申込締切 7月31日(木)・消印有効

※申込方法など詳しくは社団法人福岡県介護支援専門員協会ホームページをご覧ください。

○ホームページ

http://fukoka-cn.jp/

●申込・問合せ先 社団法人福岡県介護支援専門員協会

☎092(431)4585

**福岡県青少年囲碁大会の参加者を募集します**

●日 時 8月18日(日)・午前9時30分～午後5時

●場 所 パピヨン24ガスホール(福岡市博多区千代一丁目17-1)

●参加資格 福岡県内在住の就学前児童、小学生、中学生、高校生

●参加料 無料

●申込締切 7月25日(日)

※申込方法など詳しくはお問い合わせください。

●申込・問合せ先 福岡県青少年囲碁大会実行委員会

☎092(643)6001

**ご存じですか？ 児童扶養手当と特別児童扶養手当**

●問合せ先 こども未来課 ☎(246)6248

**児童扶養手当**

次のいずれかに当てはまる児童を監護している父(母)、または父(母)に代わって、その児童を養育している人に支給されます。※児童とは…18歳になる日以後の最初の3月31日までの間にある人です。障がいのある人は20歳未満となります。

●支給要件

○父(母)が婚姻(事実婚を含む)を解消した場合

○母が婚姻によらないで妊娠した場合など

※詳しくはお問い合わせください。

**特別児童扶養手当**

20歳未満で、精神または身体に障がいのある子どもを扶養している父母や養育者を対象に支給されます。

●支給要件

○身体に障がい(身体障害者手帳1、2級程度)がある場合

○精神・知的障がいなど(強度のてんかんなど、療育手帳A、Bの程度)がある場合

○内科的疾患(主に結核症、呼吸器や心臓の機能障がい、肝臓・腎臓・血液疾患などで、長期にわたる安静や日常生活に著しい制限を加える必要がある状態)がある場合  
※詳しくはお問い合わせください。

**現況届の受付を始めます**

児童扶養手当と特別児童扶養手当の現況届を受け付けます。この届け出は、受給者の毎年8月1日現在の養育状況などを確認するものです。現況届の用紙は、7月末に各受給者に送付します。

なお、この届け出をしない場合、8月以降の手当を受給できなくなります。さらに、2年間この届け出をしない場合、時効のため受給権がなくなります。

●受付期間 8月14日(木)～31日(金)(土曜・日曜日を除く)

●受付時間 午前8時30分～午後5時15分

※8月17日(金)、30日(金)は、午後8時まで受け付けます。

●受付場所 市役所本館地下第一会議室(売店横)

※8月20日(月)の午前中、8月17日(金)、30日(金)の午後5時15分以降は、こども未来課窓口で受け付けます。





6月8日・中間高等学校創立30周年記念講演会

### 戦争の犠牲者はいつでも子どもたち

戦場カメラマンの渡部陽一さんが中間高等学校を訪れました。渡部さんの、戦地の写真を見せながら、体全体を使って一生懸命に戦場の様子を伝える姿に、最初は笑っていた生徒たちも、いつしか話に引き込まれているようでした。「戦争で苦しんでいる子どもたちにできることは何か」と質問された渡部さんは、「やっても無駄と思えることでも、やってみたいことをどんどんやってほしい。それは必ず世界につながる」と答えました。



5月27日・曲川清掃

### まちを流れる川をきれいに

5月27日、曲川清掃が行われました。市民と企業が協働で清掃を行うこの行事も、今回で10回目。37団体、総勢300人が参加し、蓮花寺交差点から鳴王子橋まで、市内を流れる曲川のごみを回収しました。川周辺や、川の中からは自転車などが次々回収され、2トントラック2台がいっぱいになりました。参加したみなさんは、あいさつをかわしたり、協力して自転車などの大きなごみを引き上げたりしていました。



6月18日・中間西小学校児童が田植え体験

### 雨にも負けず根気よく丁寧に植えた

中間西小学校の5年生が垣生地区で田植えの体験を行いました。これは、地元農家のみなさんの協力を得て実施している農業体験学習の一環で、食の重要性を認識し、自然や環境を大切にする心を培うために行われているもの。この日は梅雨時期ということで、一時激しい雨が降ることもありましたが、子どもたちは雨にも負けず、苗を丁寧に植えていきました。すべての苗を植え終えた子どもたちは、満足そうな表情を浮かべていました。

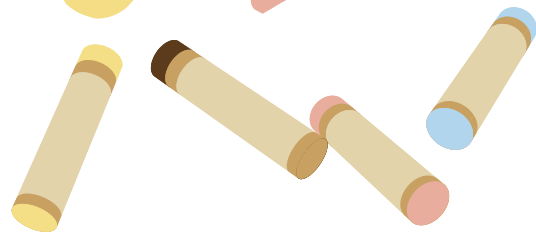


6月1日・市立図書館リニューアルオープン

### 図書館が新しくなってオープン

市民図書館が、6月1日にリニューアルオープンしました。図書館は、昨年9月から改修工事のため約9か月の間休館。館内に休憩場所や学習場所を新しく備え、貸出・返却にかかる時間も短縮されました。オープン初日のこの日は、新しくなった図書館の開館を待ちわび、約30人が行列を作りました。みなさんは、ゆったりした読書スペースで思い思いの本を開き、本との楽しい時間を過ごしているようでした。

# みんなのひろば



## なかっぱ 救缶バッジを販売

- 販売開始日 7月17日(火)
- 販売場所 企画政策課  
(市役所本館2階)
- 問合せ 企画政策課  
☎(246) 6234



中間市公式キャラクター  
「なかっぱ」

## ダンスグループエムズ第14回発表会 「ダンス・パフォーマンスニ〇二折リ」

今回も若松ヤングプラザG・s toneと青葉子供ダンスクラブ、グランドカルチャー・ダンスクラブのみなさんに賛助出演していただき、にぎやかなステージを予定しています。未熟なできではありますが、約65人の出演者一同、一生懸命練習に励んできましたので、ぜひご覧ください。

- 日時 7月22日(日)・午後1時30分(開場は1時)
- 場所 なかまハーモニーホール
- 内容
- 第一部：小品集
- 第二部：星に願いを3・11
- 入場料 前売り900円(当日990円)

## もし少年自然の家を 利用しませんか

※チケットの購入方法など詳しくはお問い合わせください。  
●問合せ プレリユード  
☎(622) 0139

### プール開放

- 期 日 7月21日(土)～9月2日(日)
- 時間
- 午前の部：9時30分～11時30分
- 午後の部：1時30分～3時30分
- 対象者 5人以上の団体
- 参加料 無料
- 定員 午前の部・午後の部ともに各50人
- 申込方法 7月20日(金)～9月1日(土)に電話で申し込んでください  
※利用日の前日まで受け付けます。

## 夏休み大スケッチ大会

- 期 日 7月21日(土)～9月2日(日)
- 時間 午前9時～午後4時30分
- 内容 施設や施設周辺のスケッチ
- 対象者 どなたでも(小・中学生は保護者同伴)
- 持ってくるもの 画材(鉛筆、絵の具、ペンなど)、帽子、敷物、水筒
- 申込方法 参加する日を事前に電話で知らせてください
- 会場 所 北九州市立もじ少年自然の家
- 申込・問合せ先 北九州市立もじ少年自然の家  
☎(341) 1128

まつい じん ちゃん  
松井 仁 ちゃん  
H23.7.16 生  
(長津三丁目)



お母さんが大好きな仁くん。お姉ちゃんとこれからも仲良く元気で優しい子になってね。

おおくらの るき ちゃん  
大倉野 琉心 ちゃん  
H23.2.27 生  
(通谷二丁目)



わが家のわんぱくプリンス、ママの小さな恋人です。これからもずっとパパとママの宝物でいてね。るーちゃんとっても愛してるよ。

## わが家の

## すこやか ちゃん





**八幡工業高等学校開放講座  
洞南健児教室を開催**

ものづくりやパソコンを体験してみませんか。

●期 日 7月24日(火)

●時 間 午前10時～正午

●場 所 八幡工業高等学校

●講座名・定員

○電気スタンドの製作：10人

○韓国の楽しみ方講座：30人

○パン作り教室：7組(14人)

●受講料 無料

●申込締切 7月17日(火)

※申込方法など詳しくはお問い合わせください。

●申込・問合せ先 八幡工業高等学校

☎(641)6611

**文芸歳時記**

**俳句**

末永 あつし選

残り鴨数多飛ぶあり走るあり  
土手ノ内二丁目 小田 敏子  
つつじ燃え石相好を崩しけり  
長津二丁目 安 倍 砂子  
若葉雨瀬戸の島々煙らして  
太賀三丁目 真 崎 捷子  
待望の子の名選びや風薫る  
上底井野 島 津 貞子  
母の日の糊のききたる割烹着  
太賀二丁目 池 田 馨

**川柳**

吉富 廣選

元氣だと威勢はいいがくすり漬け  
扇ヶ浦四丁目 西 本 多津子  
陳列の奥の商品選ぶ主婦  
中間三丁目 仰 木 孝子  
移り気な蝶が止まった造り花  
扇ヶ浦二丁目 志 岐 けい子  
仕舞湯に疲れた顔が浮いている  
朝霧二丁目 松 下 未代子  
黒田節つれてご機嫌父帰る  
鍋山町 金 子 哲也

**短歌**

中間市短歌会

館内は感嘆の声充ちあふるヘップバーンの「ローマの休日」  
断捨離をしようとしても捨てきれず想い出と共に増えるばかりに  
岩瀬四丁目 吉 岡 比呂己  
鍋山町 柴 田 キヌ子  
葉桜となりし公園遊ぶ子の声は弾みて風吹き抜ける  
太賀三丁目 日 野 康子  
どんよりと雲垂れこめる空ながめ蠅一匹をとらえずに居る  
土手ノ内二丁目 仲 光 美代子  
彼の人はこの世でえにし結び生く花ひとひらとなりて旅立つ  
通谷二丁目 戸 田 恵美子

**会場は大爆笑の渦**

6月4日、中間東小学校で寄席が行われました。演目は、林家きく麿さんの落語と林家花さんの紙切り。きく麿さんが、扇子と手拭いを使ってそばなどを食べる仕草の見本を見せた後、子どもたちが体験しました。同級生の演じる姿に笑い声で包まれる会場。体験した鶴沢直弥さん(6年生)は「きく麻さんのしゃべり方や仕草がとても面白かった。自分自身もやってみて楽しかったです」と笑顔で話しました。また、花さんの芸術的な紙切りでは、でき上がりの素晴らしい素晴らしさに歓声があがっていました。



**今月の表紙**

健康のために、健診を受けた方がいいとわかっていても、「面倒くさい」「時間がない」と、ついつい敬遠してしまいがち。まずは、会場の保健センターへ足を一歩踏み出そうというイメージを持たせ、撮影しました。

■撮影データ

レンズ24～105mm 1/40 F16 ISO250

**編集後記**

▶今回の特集「健診」。自分の健康状態を知ることが怖くて、健康だとはい入っている人も多いのではないのでしょうか。知らないことが一番の恐怖だと自覚し、自分の身体と向き合うことが大切だと感じました。(健)  
▶30代半ばにさしかかっている私。特定健診を受診するまではもう少し時間がありますが、メタボと診断されないように、食事に気をつけ、運動も欠かさず行っていきたいと思います。とりあえず目標は現状維持で。(謙)

# 温故知新

其の四 「遠賀堀川」 ～堀川はなぜ掘削されたのか～



大正12年7月の堀川（祇園祭記念写真）

今年、中間市内にある「堀川」の水門「中間唐戸」（福岡県指定文化財）が築造250周年を迎えます。中間市では、この節目の年に「九州堀川サミット」を8月25日（土）に開催しますが、このサミットに合わせて、今回から4回に分けて「堀川」を紹介したいと思っています。まず今回は、「堀川」が掘削された経緯について紹介します。

「堀川」は、北九州市八幡西区楠橋から中間市の土手ノ内・岩瀬を縦断し、水巻町内、折尾を経て、洞海湾へ至る、全長約12・1kmの川です。この「堀川」は、普通の川とは違っており立ちを持っています。普通の川は自然にできたものがほとんどですが、「堀川」は、ショベルカーなどの便利な機械がない江戸時代に人の手で掘られた人工的な川なのです。

では、なぜこんな大変な工事をしてまで人工の川を作ることになったのでしょうか。

関ヶ原の戦いが終わり、江戸時代になると、現在の中間市域は福岡藩初代藩主黒田長政の支配下に置かれます。黒田長政は自らの領地を検分して回った後、頻繁に氾濫して領民達を苦しめていた遠賀川の工事に着手することを決断します。

元和7（1621）年、福岡藩は、この遠賀川大工事の一つに、遠賀川の水を底井野村から分水して洞海湾に流すための工事を立案、着手します。これが「堀川」です。

「堀川」を作る理由は大きく分け

て3つあるといわれています。氾濫する遠賀川の水量を分散させる目的、堀川沿線に灌漑用水を引いてより多く水田を作る目的、舟でお米などを運搬する目的の3つです。つまり、福岡藩はこの「堀川」工事によって様々な利益が出ると見込んでいたのです。

このように遠賀川の工事と「堀川」の工事は藩にとって重要な事業だったのですが、元和9（1623）年に、藩主黒田長政が死去すると、工事は未完成のまま中止されることになりました。その後、再び堀川工事が行われるのは、128年後になります。

## 中間市教育委員会生涯学習課

有料広告欄

有料広告欄



広報なかま  
平成24年7月10日号 No.918

発行 福岡県中間市役所〒809-8501福岡県中間市中間一丁目1番1号  
編集 総務課広報広聴係 TEL 093(246)6271 FAX 093(245)5598  
ホームページ <http://www.city.nakama.lg.jp/>  
メールマガジン [webmaster@city.nakama.lg.jp](mailto:webmaster@city.nakama.lg.jp)

今回の「広報なかま」にかかわった経費は1部約34円です。  
「広報なかま」の配布は発行日から開始します。みなさんのお手元に3日以内でお届けできるようにしています。

**HITACHI**  
Inspire the Next

## 株式会社 日立ソリューションズ九州

九州地区のお客様へ  
日立グループの持つ総合力を駆使して  
信頼されご満足いただけるITソリューションを  
ご提供する会社です。

*The best solution for your business*

〒814-0001 福岡市早良区百道浜二丁目1番1号  
Tel.092-844-0010(代表)  
<http://www.hitachi-sq.co.jp/>

## 大好評受付中

場所は先着順となります

良い場所は  
お早めに

家族墓地として・夫婦墓・個人墓としてご提案いたします。

## 屋外納骨堂「やすらぎ」堂々完成

この様な方にお勧めします。

- ◇ご自分の安住の場所を生前中に確保しておきたい方
- ◇お子様、跡継ぎが無く、継承が心配な方
- ◇遠い所にお墓をお持ちで改葬または分骨されたい方
- ◇家にお骨があり、納めるところをお探しの方

一墓

永代使用料・永代管理料含む  
永代管理料込みで  
今後、一切の費用がかりません。

# 49.3

(税込) 万円より

宗旨・宗派問わず

●お申込み・お問い合わせは、中間霊園管理事務所まで

## 0120-659-117

【受付時間】午前9時～午後5時 水曜日定休  
※当日、お申込みされる場合は、申込金1万円と印鑑をご持参ください。